



Les Marcheurs
de la Vallée
de la Dordogne



CALENDRIER « HIVER – PRINTEMPS » 2016

27 sorties : demi-journées/ journées/ séjour

Sorties tout public. Tout marcheur extérieur au Club qui souhaite nous rejoindre à l'issue des 2 randonnées de bienvenue, prendra sa licence auprès de la Trésorière de l'Association au 07.

NB. Pour vos sorties nous vous conseillons un covoiturage..... à vous de vous organiser

DATES des SORTIES	DÉPART	LIEU	DESRIPTIF CIRCUIT
FÉVRIER			
Jeudi 04 février	14 h	BADEFOLS/DORDOGNE Parking derrière boulangerie	8 km sur les coteaux Patrick 06.87.89.52.16
Dimanche 07 février	9 h	NAUSSANNES Place du Gymnase	13 km Campagne/ Bois et Champs Maurice 06.45.04.87.29
Dimanche 14 février	9 h	PAUNAT Place de l'abbatiale	12 km par monts & par vaux Claudette 06.16.13.12.57
Dimanche 21 février	9 h	LALINDE - Base de la « Guillou » 24,150km – Allure Libre	Pique nique dans le sac à dos
Vous pouvez vous organiser en déposant une voiture à Baneuil..... Claudette 06.16.13.12.57			
Dimanche 28 février	9 h	MONSAC Parking de la salle des fêtes	12 km campagne profonde Liliane 06.63.01.07.91

DATES des SORTIES	DÉPART	LIEU	DESRIPTIF CIRCUIT
MARS			
Dimanche 06 mars	8 h	LALINDE Base de Loisirs de la « Guillou »	2 Circuits : 50 km et 24,150 km Marche allure libre
Informations : http:// www.marcheurs-lalinde.com Inscriptions : 07. 71. 70. 30. 72			
Dimanche 13 mars	9 h	CLERMOND de BEAUREGARD Parking sur droite au bord de la route en venant de Bergerac	14 km par Monts & par Vaux Marie : 06. 81. 39. 30. 39 Pique nique Possible si souhaité
Dimanche 20 mars	7 h	LALINDE – Départ en Bus Parking Mairie de Lalinde	18,5 km - La Coquille - Thiviers 1 ^{ère} étape de la voie de Vézelay Tarif 5€ - Patrick : 06.87.89.52.16 Patrick.brun0432@orange.fr
A midi retour au Car - Possibilité d'arrêter pour ceux qui le souhaitent - Pique nique tiré du car			

LES MARCHEURS DE LA VALLEE DE LA DORDOGNE
Office du Tourisme du Pays Lindois - 24150 LALINDE - Tel. 05 5 3 61 08 55
<http://www.marcheurs-lalinde.com>



Les Marcheurs
de la Vallée
de la Dordogne



DATES des SORTIES	DÉPART	LIEU	DESRIPTIF CIRCUIT
AVRIL			
Samedi 02 avril	9 h	SAINT AVIT SENIEUR	17 km St AVIT à VARENNES
Allure libre - Pique nique tiré des sacs - Organisation A P V - Varennes Patrimoine - Participation 3 €			
Ravitaillement à Bannes avec possibilité d'arrêt pour ceux qui le souhaitent mais vous devrez vous organiser pour les véhicules.			
Dimanche 03 avril	9 h	BASSAC (à côté de Beauregard) Place de l'église	12 km par monts et par vaux Jean Pierre 06.32.46.02.91
Mardi 05 avril	14 h	LALINDE Mairie	8 km le circuit de la Mothe Patrick 06.87.89.52.16
Jeudi 07 avril	14 h	TUILIERES Le barrage	8 km les bords de la Dordogne Jean Paul 05.53.61.67.08
Dimanche 10 avril	9 h	SAUVEBOEUF Stade de football	12 km dans les environs La Fête du Printemps du Drayaux Jean Pierre 06.83.03.57.90
Dimanche 17 avril	9 h	LE BUGUE Place du foirail	21 km par monts et par vaux
Pique nique tiré des sacs - Geneviève 06.77.21.80.88			
Dimanche 24 avril	7 h	LALINDE - Départ en Car Parking Mairie	18 km - Thiviers - Sorges 2 ^{ème} étape de la voie de Vézelay TARIF 5 € - Patrick 06.87.89.52.16 Patrick.brun0432@orange.fr
A midi retour au Car - Possibilité d'arrêter pour ceux qui le souhaitent - Pique nique tiré du car			



Les Marcheurs
de la Vallée
de la Dordogne



DATES des SORTIES	DÉPART	LIEU	DESRIPTIF CIRCUIT
MAI			
Dimanche 01 mai	9 h	SAINT AVIT SENIEUR	17 km St AVIT à VARENNES
Allure libre - Pique nique tiré des sacs - Organisation A P V - Varennes Patrimoine - Participation 3 €			
Ravitaillement à Bannes avec possibilité d'arrêt pour ceux qui le souhaitent mais vous devrez vous organiser pour les véhicules.			
Dimanche 03 mai	9 h	ROQUEPINE Parking de la Mairie	12 km campagne profonde Danielle 06.18.56.13.90
Jeudi/ 05 mai Vendredi 06 mai Samedi 07 mai Dimanche 08 mai	Sera précisé ultérieurement	4 Jours - Côte Atlantique Bassin d'Arcachon Séjour à l'Étude Informations ultérieurement	Michèle 06.50.04.89.61
Mardi 10 mai	14 h	LALINDE Parking de la Mairie	9 km - Campagne au Nord de Lalinde « Chemin rouge » Patrick - 06.87.89.52.16
Dimanche 15 mai	9 h	MAURENS Parking de la Salle des Fêtes	12 km Le rocher pointu Maurice - 06.75.26.53.12
Dimanche 22 mai	9 h	CAUSE DE CLERANS Parking de Presbytère	12 km Bois et Champs Dominique - 05.53.61.03.35 Colette - 06.28.27.07.44
SAMEDI 28 MAI QUINZIEME ANNIVERSAIRE DE L'ASSOCIATION - REPAS ET ANIMATION Informations ultérieurement			
Dimanche 29 mai	9 h	LAMONZIE MONTASTRUC Parking mairie	12 km en Campagne Profonde Thérèse - 05.53.23.26.20



Les Marcheurs
de la Vallée
de la Dordogne



DATES des SORTIES	DÉPART	LIEU	DESCRIPTIF CIRCUIT
-------------------	--------	------	--------------------

JUIN

Jeudi 02 juin	14 h	MONSAGUEL - Place du village	8 km par monts et par vaux Danielle 06.18.56.13.90
Samedi 04 juin	7 h 30	LALINDE - Départ en Car Parking Mairie	22,8 km - Sorges - Périgueux 3 ^{ème} étape de la voie de Vézelay TARIF 5 € - Patrick 06.87.89.52.16 Patrick.brun0432@orange.fr

A midi retour au Car - Possibilité d'arrêter pour ceux qui le souhaitent - Pique nique tiré du Car

Jeudi 09 juin Vendredi 10 juin Samedi 11 juin Dimanche 12 juin	Précisé ultérieurement	SÉJOUR à AUCUN en Car (Hautes Pyrénées)	(Complet - Liste d'attente en cas de désistement) Henri 06.74.46.02.25
Dimanche 12 juin	9 h	St CHAMASSY Place du village	12 km - Boucle du Dolmen Colette 06.60.42.84.37
Dimanche 19 juin	9 h	LANQUAIS Parking du Lac	12 km par Monts et par Vaux Christian - 06.47.50.34.90
Dimanche 26 juin	7 h 30	LALINDE - Départ en BUS Parking mairie	25,5 km - Périgueux - St Astier 4 ^{ème} étape de la voie de Vézelay TARIF 5 € - Patrick 06.87.89.52.16 Patrick.brun0432@orange.fr

A midi retour au Car - Possibilité d'arrêter pour ceux qui le souhaitent - Pique nique tiré du Car

DATES des SORTIES	DÉPART	LIEU	DESCRIPTIF CIRCUIT
-------------------	--------	------	--------------------

JUILLET

Dimanche 03 juillet	9 h	CALES - Traly	12 km entre Plaines et Coteaux
---------------------	-----	---------------	--------------------------------

A midi - Pique nique tiré des Sacs

Repas des Anniversaires du 1er semestre (janvier/ février/ mars/ avril/ mai/ juin) chez Patrick
Inscription obligatoire : Patrick 06.87.89.52.16



Les Marcheurs
de la Vallée
de la Dordogne



COMPOSITION DU BUREAU AU 03 NOVEMBRE 2015

Présidente : Claudette Grellety 06.16.13.12.57

Président adjoint : Jean Pierre Sabard 06.83.03.57.90

Secrétaire : Colette Grellety 06.60.42.84.37

Trésorière : Mireille Baumann 05.53.24..67.97

Annexe du Bureau

Trésorière Adjointe : Michèle Audoubert

Secrétaire Adjointe/ Chargée de Communication : Marie Mazières

Membre actifs : Henri Demaisonneuve et Christian Dumas

Tarif licence 2016

IRA 30 € (licence individuelle)

FRA 50 €(licence familiale)

Adhérents licenciés autre club 11 €

RECOMMANDATIONS IMPORTANTES

- Avoir de bonnes chaussures adaptées à la marche
- Un vêtement de pluie
- Sac à dos avec une bouteille d'eau et barres énergétiques
- Sa fiche médicale dûment complétée
- Pansements ou autres afin de palier aux égratignures
- Conseil : ne jamais partir à jeun
- Il est souhaitable d'arriver 10 mn avant le départ nous partons à l'heure précise
- **RAPPEL** : lorsque vous êtes absents aux dernières randonnées, prenez contact avec l'animateur des suivantes **afin** de savoir si les dates ne sont pas modifiées.
- Vérifiez bien votre calendrier avant de partir

BONNES RANDONNÉES À TOUS et N'OUBLIEZ PAS LA FORMULE

1 JOUR DE SENTIER = 8 JOURS DE SANTÉ